**Основные способы самоспасания и спасания в условиях ледового**

**покрова водных объектов**

До оказания помощи спасателями пострадавший может и должен действовать самостоятельно.

Если под ногами провалился лед, надо, расставив широко руки, удерживаться на поверхности льда, без резких движений стараться выползти на твердый лед, а затем лежа на спине или груди, продвигаться в ту сторону, откуда пришел. Одновременно с этим звать на помощь.

При оказании помощи провалившемуся под лед нельзя подходить к нему стоя из-за опасности также провалиться.

При отсутствии спасательных средств желательно использовать для оказания помощи любые подручные предметы: веревку, шест, доски, связанные ремни, иные имеющиеся в наличии средства, позволяющие находиться на расстоянии от полыньи.

Приближаться можно лежа с раскинутыми в стороны руками и ногами не ближе 3-4 метров. С этого расстояния пострадавшему надо подать спасательное средство. После того, как пострадавший принял поданное ему средство спасания, следует отползать от полыньи назад, вытаскивая его на лед. Возвращаться надо по тому пути, откуда пришли. После того, как пострадавший доставлен на берег, следует по возможности выполнить следующие действия: поместить в теплое помещение, переодеть в сухую одежду, дать теплое питьё, заставить двигаться, вызвать бригаду скорой медицинской помощи.